Tercer Paso

"Decidimos poner nuestras voluntades y nuestras vidas al cuidado de Dios, como nosotros lo concebimos."

PRACTICAR el Tercer Paso es como abrir una puerta que todavía parece estar cerrada y bajo llave. Lo único que nos hace falta es la llave y la decisión de abrir la puerta de par en par. Sólo hay una llave, y es la de la buena voluntad. Al quitar el cerrojo con la buena voluntad, la puerta casi se abre por sí misma, y al asomarnos, veremos un letrero al lado de un camino que dice: "Este es el camino hacia una fe que obra." En los dos primeros Pasos, nos dedicamos a reflexionar. Nos dimos cuenta de que éramos impotentes ante el alcohol, pero también vimos que algún tipo de fe, aunque sólo fuera una fe en A.A., es posible para cualquiera. Estas conclusiones no nos exigían ninguna acción; sólo nos requerían la aceptación.

Como todos los Pasos restantes, el Paso Tres requiere de nosotros acción positiva, porque sólo poniéndonos en acción podemos eliminar la obstinación que siempre ha bloqueado la entrada de Dios—o, si prefieres, de un Poder Superior—en nuestras vidas. La fe, sin duda, es necesaria, pero la fe por sí sola de nada sirve. Es posible tener fe y, al mismo tiempo, negar la entrada de Dios en nuestra vida. Por lo tanto, el problema que ahora nos ocupa es el de encontrar las medidas específicas que debemos tomar para poder dejarle entrar. El Tercer Paso representa nuestra primera tentativa para hacerlo. De hecho, la eficacia de todo el programa de A.A. dependerá de lo seria y

diligentemente que hayamos intentado llegar a "una decisión de poner nuestras voluntades y nuestras vidas al cuidado de Dios, como nosotros lo concebimos."

A cada principiante mundano y práctico, este Paso le parece difícil, e incluso imposible. Por mucho que desee tratar de hacerlo, ¿cómo puede exactamente poner su voluntad y su propia vida al cuidado de cualquier Dios que él cree que existe? Afortunadamente, los que lo hemos intentado, con el mismo recelo, podemos atestiguar que cualquiera, sea quien sea, puede empezar a hacerlo. Además, podemos agregar que un comienzo, incluso el más tímido, es lo único que hace falta. Una vez que hemos metido la llave de la buena voluntad en la cerradura, y tenemos la puerta entreabierta, nos damos cuenta de que siempre podemos abrirla un poco más. Aunque la obstinación puede cerrarla otra vez de un portazo, como a menudo lo hace, siempre se volverá a abrir tan pronto como nos valgamos de la llave de la buena voluntad.

Puede que todo esto te suene misterioso y oculto, algo parecido a la teoría de la relatividad de Einstein o a una hipótesis de física nuclear. No lo es en absoluto. Veamos lo práctico que realmente es. Cada hombre y cada mujer que se ha unido a A.A. con intención de quedarse con nosotros, ya ha comenzado a practicar, sin darse cuenta, el Tercer Paso. ¿No es cierto que en todo lo que se refiere al alcohol, cada uno de ellos ha decidido poner su vida al cuidado, y bajo la protección y orientación de Alcohólicos Anónimos? Ya ha logrado una buena disposición para expulsar su propia voluntad y sus propias ideas acerca del problema del alcohol y adoptar, a cambio, las sugeridas por A.A. Todo principiante bien dispuesto se siente convencido de que A.A. es el único refugio seguro para el barco a punto de hundirse en que se ha convertido su vida. Si esto no es entregar su voluntad y su vida a una Providencia recién encontrada, entonces, ¿qué es?

Pero supongamos que el instinto todavía nos proteste a gritos, como sin duda lo hará: "Sí, en cuanto al alcohol,

parece que tengo que depender de A.A.; pero en todos los demás asuntos, insisto en mantener mi independencia. No hay nada que me vaya a transformar en una nulidad. Si sigo poniendo mi vida y mi voluntad al cuidado de Alguien o de Algo, ¿qué será de mí? Me convertiré en un cero a la izquierda." Este, por supuesto, es el proceso por el que el instinto y la lógica intentan reforzar el egotismo y así frustran el desarrollo espiritual. Lo que esta forma de pensar tiene de malo es el no tener en cuenta los hechos reales. Y los hechos parecen ser los siguientes: Cuanto más dispuestos estamos a depender de un Poder Superior, más independientes somos en realidad. Por lo tanto, la dependencia, tal y como se practica en A.A., es realmente una manera de lograr la verdadera independencia del espíritu. Examinemos, por un momento, esta idea de la dependencia al nivel de la vida cotidiana. Es asombroso descubrir lo dependientes que somos en esta esfera, y lo poco conscientes que somos de esa dependencia. Todas las casas modernas tienen cables eléctricos que conducen la energía y la luz a su interior. Nos encanta esta dependencia; no queremos por nada en el mundo que se nos corte el suministro eléctrico. Al aceptar así nuestra dependencia de esta maravilla de la ciencia, disfrutamos de una mayor independencia personal. No sólo disfrutamos de más independencia, sino también de más comodidad y seguridad. La corriente fluye hasta llegar donde se necesite. La electricidad, esa extraña energía que muy poca gente comprende, satisface silenciosa y eficazmente nuestras necesidades diarias más sencillas, y también las más apremiantes. Pregúntale si no al enfermo de polio, encerrado en un pulmón de acero, que depende ciegamente de un motor eléctrico para poder seguir respirando.

Pero, ¡cómo cambia nuestra actitud cuando se trata de nuestra independencia mental o emocional! Con cuánta insistencia reclamamos el derecho de decidir por nosotros mismos precisamente lo que vamos a pensar y exactamente lo que vamos a hacer. Sí, vamos a sopesar el pro y el contra de

todo problema. Escucharemos cortésmente a los que quieran aconsejarnos, pero solamente nosotros tomaremos todas las decisiones. En tales asuntos, nadie va a limitar nuestra independencia personal. Ademas, creemos que no hay nadie que merezca toda nuestra confianza. Estamos convencidos de que nuestra inteligencia, respaldada por nuestra fuerza de voluntad, puede controlar debidamente nuestra vida interior y asegurar nuestro éxito en el mundo en que vivimos. Esta brava filosofía, según la cual cada hombre hace el papel de Dios, suena muy bien, pero todavía tiene que someterse a la prueba decisiva: ¿cómo va a funcionar en la práctica? Una detenida mirada al espejo debe ser suficiente respuesta para cualquier alcohólico.

Si su imagen en el espejo le resulta demasiado horrorosa de contemplar (y suele ser así), no estaría de más que el alcohólico echara una mirada a los resultados que la gente normal obtiene con la autosuficiencia. En todas partes ve a gente colmada de ira y de miedo. Ve a sociedades desintegrándose en facciones que luchan entre sí. Cada facción les dice a las otras, "Nosotros tenemos razón y ustedes están equivocados." Cada grupo de presión de esta índole, si tiene fuerza suficiente, impone su voluntad en los demás, convencido de la rectitud de su causa. Y en todas partes se hace lo mismo en plan individual. El resultado de tanta lucha es una paz cada vez más frágil y una hermandad cada vez menor. La filosofía de la autosuficiencia no es rentable. Se puede ver claramente que es un monstruo devastador que acabará llevándonos a la ruina total.

Por lo tanto, nosotros los alcohólicos nos podemos considerar muy afortunados.

Cada uno de nosotros ya ha tenido su propio y casi mortal encuentro con el monstruo de la obstinación, y ha sufrido tanto su pesada opresión que está dispuesto a buscar algo mejor. Así que, por las circunstancias y no por ninguna virtud que pudiéramos tener, nos hemos visto impulsados a unirnos a A.A., hemos admitido nuestra derrota, hemos

adquirido los rudimentos de la fe y ahora queremos tomar la decisión de poner nuestra voluntad y nuestra vida al cuidado de un Poder Superior.

Nos damos cuenta de que la palabra "dependencia" es tan desagradable para muchos siquiatras y sicólogos como lo es para los alcohólicos. Al igual que nuestros amigos profesionales, nosotros también somos conscientes de que hay formas impropias de dependencia. Las hemos padecido en carne propia. Por ejemplo, ningún adulto debe tener una excesiva dependencia emocional de sus padres. Hace años que debían haber cortado el cordón umbilical, y si no lo han cortado ya, deberían darse cuenta del hecho. Esta forma de dependencia impropia ha causado que muchos alcohólicos rebeldes lleguen a la conclusión de que cualquier tipo de dependencia tiene que ser insoportablemente dañina. Pero el depender de un grupo de A.A. o de un Poder Superior no ha producido ningún resultado funesto para nadie.

Cuando estalló la Segunda Guerra Mundial, se puso a prueba por primera vez este principio espiritual. Los A.A. se alistaron en las fuerzas armadas y se encontraban estacionados en todas partes del mundo. ¿Podrían aguantar la disciplina, comportarse con valor en el fragor de las batallas, y soportar la monotonía y las angustias de la guerra? ¿Les serviría de ayuda el tipo de dependencia que habían aprendido en A.A.? Pues, sí les sirvió. Tuvieron incluso menos recaídas y borracheras emocionales que los A.A. que se quedaban en la seguridad de sus hogares. Tenían tanta capacidad de resistencia y tanto valor como los demás soldados. Tanto en Alaska como en las cabezas de playa de Salerno, su dependencia de un Poder Superior les ayudó. Y lejos de ser una debilidad, esta dependencia fue su principal fuente de fortaleza.

¿Cómo puede entonces una persona bien dispuesta seguir poniendo su voluntad y su vida al cuidado de un Poder Superior? Ya le hemos visto dar un comienzo al empezar a confiar en A.A. para solucionar su problema con el alcohol.

A estas alturas es probable que se haya convencido de que tiene otros problemas además del alcohol y que, a pesar de todo el empeño y el valor con que los afronte, algunos de estos problemas no se pueden solucionar. Ni siquiera puede hacer el menor progreso. Le hacen sentirse desesperadamente infeliz y amenazan su recién lograda sobriedad. Al pensar en el ayer, nuestro amigo sigue siendo víctima de los remordimientos y del sentido de la culpabilidad. Todavía se siente abrumado por la amargura cuando piensa en quienes aún odia o envidia Su inseguridad económica le preocupa enormemente, y le entra pánico al pensar en las naves quemadas por el alcohol, que le pudieran haber llevado a un puerto seguro. Y, ¿cómo va a arreglar ese lío que le costó el afecto de su familia y le separó de ella? No podrá hacerlo contando únicamente con su valor y su voluntad. Ahora tendrá que depender de Alguien o de Algo.

Al principio, es probable que ese "alguien" sea su más íntimo amigo de A.A. Cuenta con lo que le ha asegurado esa persona, de que sus numerosas dificultades, aun más agudas ahora porque no puede utilizar el alcohol para matar las penas, también se pueden resolver. Naturalmente, el padrino le indica a nuestro amigo que su vida todavía es ingobernable a pesar de que está sobrio, que no ha hecho sino un mero comienzo en el programa de A.A. Es sin duda una buena cosa lograr una sobriedad más segura por medio de la admisión del alcoholismo y de la asistencia a algunas reuniones de A.A., pero esto dista mucho de ser una sobriedad permanente y una vida útil y feliz. Allí entran en juego los demás Pasos del programa de A.A. Nada que no sea una práctica constante de estos Pasos como una manera de vida puede producir el resultado tan deseado.

Luego el padrino le explica que los demás Pasos del programa de A.A. sólo podrán practicarse con éxito cuando se haya intentado practicar el Tercer Paso con determinación y persistencia. Puede que estas palabras les sorprendan a los recién llegados que no han experimentado sino

un desinflamiento constante, y que se encuentran cada vez más convencidos de que la voluntad humana no vale para nada en absoluto. Han llegado a creer, y con razón, que otros muchos problemas además del alcohol, no cederán ante un ataque frontal emprendido por el individuo solo y sin ayuda. Pero ahora parece que hay ciertas cosas que sólo el individuo puede hacer. El solito, y conforme a sus propias circunstancias, tiene que cultivar la buena voluntad. Cuando haya adquirido la buena voluntad, sólo él puede tomar la decisión de esforzarse. El intentar hacer esto es un acto de su propia voluntad. Todos los Doce Pasos requieren un constante esfuerzo personal para someternos a sus principios y así, creemos, a la voluntad de Dios. Empezamos a hacer el debido uso de nuestra voluntad cuando tratamos de someterla a la voluntad de Dios. Para todos nosotros, ésta fue una maravillosa revelación. Todas nuestras dificultades se habían originado en el mal uso de la fuerza de voluntad. Habíamos tratado de bombardear nuestros problemas con ella, en lugar de intentar hacerla coincidir con los designios que Dios tenía para nosotros. El objetivo de los Doce Pasos de A.A. es hacer esto posible cada vez más, y el Tercer Paso nos abre la puerta.

Una vez que estemos de acuerdo con estas ideas, es muy fácil empezar a practicar el Tercer Paso. En todo momento de trastornos emocionales o indecisiones, podemos hacer una pausa, pedir tranquilidad, y en la quietud decir simplemente: "Dios, concédeme la serenidad para aceptar las cosas que no puedo cambiar, el valor para cambiar las cosas que puedo, y la sabiduría para reconocer la diferencia. Hágase Tu voluntad, no la mía."